

Inhalt

Vorwort	7
Für Eltern: Einige Worte im Voraus	9
Kinder und Ruhe in unserer Zeit	11
Angst und Stress	12
Warum Entspannungsgeschichten?	15
Was dürfen Sie erwarten?	17
Die Kapitän-Nemo-Geschichten	19
Auswirkungen auf Körper, Geist und Seele	24
Wie sag' ich's meinem Kinde?	33
Mehr als <i>ein</i> Wort zum Schluss	34
Für die kleinen Gäste vom großen Kapitän	35
Was sind die Kapitän-Nemo-Geschichten?	37
Was wollen die Kapitän-Nemo-Geschichten?	39
Wo und wann werden die Kapitän-Nemo- Geschichten gelesen?	40
Die Unterwasserausflüge	43
Der Korallenwald	46
Die Delphinherde	50
Die warme Unterwasserfontäne	55
Der Delphinritt	60
Die Schatzkarte	65
Die Schatzsuche	71
Die Seepferdchenherde	77
Die Unterwasserstadt Atlantis	83
Die Riesenschildkröten	88

Die Muschelsuche	93
Die Walfamilie	98
Der Unterwasserwald	103
Das versunkene Piratenschiff	107
Die Unterwasserhöhle	112
 Literatur	 117
Audiokassetten	119
Videofilm	120